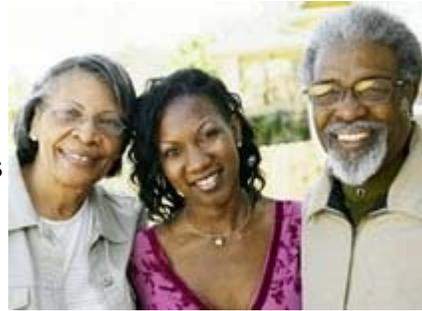


# Grippe H1N1 (grippe porcine) : Informations à l'intention des parents et prestataires de soins inquiets

1 mai 2009 19 h 15 ET

## Qu'est-ce que la grippe H1N1 ?

Le H1N1 est un type de virus de la grippe qui provoque une maladie respiratoire pouvant se transmettre d'une personne à l'autre. Aux États-Unis, la plupart des personnes infectées par ce virus ont eu des maladies bénignes, mais certaines ont souffert de maladies plus graves et au moins un décès a été enregistré. Les jeunes enfants, les femmes enceintes et les personnes souffrant de maladies chroniques tels que l'asthme, le diabète



ou d'une insuffisance cardiaque peuvent avoir plus de risques de complications à la suite de cette infection. De plus amples informations sur les personnes exposées à un risque plus élevé seront disponibles lorsqu'on en saura plus sur la maladie. Vous pouvez prendre un certain nombre de mesures pour protéger votre famille et savoir quand consulter un médecin.

## Quels sont les symptômes ?

Chez la plupart des enfants, les symptômes de la grippe H1N1 ressemblent à ceux de la grippe classique. Ces symptômes incluent :

- fièvre,
- toux,
- mal de gorge,
- courbatures,
- mal de tête,
- frissons et fatigue
- vomissement et diarrhée, dans certains cas.

Les jeunes enfants ne présentent pas nécessairement des symptômes grippaux typiques, mais ils peuvent avoir des difficultés à respirer et être indolents. On dispose de peu d'informations sur la manière dont le virus H1N1 peut affecter les enfants. Toutefois, nous pensons que l'infection peut être semblable à d'autres infections grippales. De manière générale, les infections grippales provoquent des maladies bénignes chez les enfants, mais les enfants de moins de 5 ans sont plus susceptibles de tomber gravement malades que ceux plus âgés. Bien que les maladies respiratoires sévères (pneumonie) et les décès soient rares, des cas ont été rapportés chez des enfants atteints d'infections grippales. Ces infections ont tendance à être plus graves chez les enfants souffrant de maladie chronique.

## Comment s'en prémunir ?



Le virus de la grippe se transmet principalement par le biais de la toux ou des éternuements d'une personne infectée. Le virus de la grippe peut aussi se propager lorsqu'une personne se touche les yeux, le nez ou la bouche après avoir touché un objet contaminé par le virus. Nous pensons que le virus de la grippe H1N1 se propage de la même manière que les autres virus de la grippe. Il n'existe actuellement pas de vaccin pour se protéger de la grippe H1N1, mais on peut prendre quelques mesures d'hygiène élémentaires pour empêcher la propagation des microbes responsables des maladies respiratoires telles que la grippe H1N1 :

- Apprenez à vos enfants à se laver régulièrement les mains avec du savon et de l'eau et ce, pendant 20 secondes environ. Pensez à donner le bon exemple.
- Apprenez à vos enfants à tousser et à éternuer dans un mouchoir ou dans leur manche. Pensez à donner le bon exemple.
- Apprenez à vos enfants à se tenir à au moins deux mètres des personnes malades.
- Les enfants malades doivent rester à la maison et ne pas aller à l'école ni à la garderie et ils doivent rester isolés des autres jusqu'à ce qu'ils se sentent mieux.
- Dans les communautés affectées par la grippe H1N1, évitez les centres commerciaux, les cinémas ou les lieux publics très fréquentés.

## Que faire si votre enfant est malade ?

- À moins que vos enfants malades n'aient besoin de soins médicaux, gardez-les enfants malades à la maison. Ne les envoyez pas à l'école ou à la garderie.
- Faites leur boire beaucoup de fluides (jus, eau, Pedialyte®).
- Veillez au confort des enfants malades. Le repos est important dans ce cas.
- Pour combattre la fièvre, le mal de gorge et les douleurs musculaires, vous pouvez utiliser les médicaments antipyrétiques recommandés par le médecin en fonction de l'âge de l'enfant. **Ne donnez pas de l'aspirine aux enfants ou aux adolescents ; cela risque de provoquer chez eux une maladie potentiellement mortelle appelée le syndrome de Reye.**
- Si quelqu'un tombe malade chez vous, isolez-le des autres personnes saines.
- Mettez des mouchoirs à la disposition du malade et une poubelle à portée de main pour qu'il puisse y jeter les mouchoirs utilisés.



Si votre enfant entre en contact avec une personne souffrant de la grippe H1N1, demandez à votre médecin s'il doit prendre des médicaments antiviraux pour éviter de contracter la grippe H1N1.

Si votre enfant présente un des symptômes suivants, consultez immédiatement un médecin :

- respiration rapide ou difficultés respiratoires,
- teinte bleutée ou grisâtre de la peau,
- ne boit pas assez,
- ne se réveille pas ou n'interagit pas,
- nerveux au point de ne pas se laisser prendre dans les bras,
- n'urine pas ou ne verse pas de larmes lorsqu'il pleure,
- Les symptômes s'améliorent puis reviennent accompagnés d'une fièvre et d'une aggravation de la toux.

Pour plus d'informations, composez le 1-800-CDC INFO, ou visitez le site <http://www.cdc.gov/h1n1>

- Date de dernière révision de la page : 1 mai 2009 19 h 15 ET
- Date de la dernière mise à jour de la page : 1 mai 2009 19 h 15 ET
- Source : [Centres pour le contrôle et la prévention des maladies](#)